## ПОЛОВЫЕ РАССТРОЙСТВА У МУЖЧИН

У большинства народов нормальная половая потенция мужчины считается главным критерием его полноценности. Мужчина, "не дотягивающий до уровня" в сексуальном плане, ощущает неловкость, смущение и часто бывает подавлен своим состоянием. Нарушение половой функции существенно влияет на поведение мужчины. Он может избегать ситуаций, связанных с сексом; потерпев неудачу, такой мужчина постарается свалить вину на свою партнершу или же будет так усердно добиваться эрекции, что это еще больше затруднит его положение.

### Нарушение эрекции (импотенция)

**Нарушением эрекции,** или **импотенцией,** называют неспособность достигнуть эрекции или удержать ее на уровне, достаточном для совершения совокупления. Различают первичное и вторичное нарушение эрекции. При *первичном* нарушении эрекции мужчина вообще ни разу в жизни не смог совершить половой акт, а при *вторичной* ему удавалось это один или много раз, прежде чем возникло нарушение. Вторичное нарушение встречается примерно в 10 раз чаще, чем первичное (Kolodny, Masters, Johnson, 1979).

Импотенция может возникнуть в любом возрасте и проявляется во многих формах. Полное отсутствие эрекции встречается редко и обычно бывает связано с определенными заболеваниями. Чаще мужчины жалуются на слабую эрекцию, не позволяющую им ввести половой член во влагалище (или в анальное отверстие). Иногда у больного возникает достаточно сильная эрекция, но при попытке к совокуплению она быстро исчезает. В других случаях мужчина способен достигнуть нормальной эрекции лишь при каких-то определенных условиях. Например, у некоторых мужчин не возникает проблем с эрекцией при мастурбации, но они не способны к эрекции при половой активности с партнершей. Другие способны к нормальной эрекции при внебрачных контактах, однако с собственной женой эрекция оказывается слабой. Нередко встречается и обратная ситуация: некоторые мужчины, не испытывающие никаких затруднений при половом акте со своими женами, практически неспособны к внебрачным контактам.

Отдельные неудачи (отсутствие эрекции или ее утрата в самое неподходящее время) могут иметь место у любого мужчины - это вполне нормальное явление. (По мнению Мастерса и Джонсон (1970), о вторичной импотенции можно говорить только в том случае, если проблемы с эрекцией возникают у мужчины по крайней мере в 25% попыток совершить половой акт.] Такие единичные эпизоды не свидетельствуют о половой слабости; они могут быть следствием временного физического стресса (гриппа, усталости, чрезмерного количества съеденного или выпитого) или каких-то психологических факторов (напряженности, недостаточной уединенности или необходимости освоиться с новой партнершей). Если мужчина, вместо того чтобы отнестись к таким инцидентам спокойно, начинает переживать свою неудачу, думать о том, сумеет ли он достигнуть эрекции в следующий раз, он создает тем самым почву для возникновения настоящих трудностей.

Импотенция обладает одной малоизвестнойособенностью: иногда она исчезает сама собой. В одном исследовании было обнаружено что 30% мужчин, у которых возникали проблемы с эрекцией, не связанные с их физическим состоянием, спустя полгода функционировали нормально, хотя не прибегали ни к какому лечению (Segraves et al., 1985). Такое спонтанное "излечение" чаще происходит у мужчин, испытывавших затруднения с эрекцией в течение относительно коротких периодов времени - обычно менее трех лет; однако нам известны случаи, когда половая функция внезапно восстанавливалась спустя 10 лет и более. Мы не можем дать этому явлению какое-либо простое объяснение; возможно, это связано со снижением уровня стрессов в жизни данного мужчины.

Страх перед возможной неудачей - "Сумею ли я удержать эрекцию?", "Сумею ли я удовлетворить свою партнершу?" - скорее всего приведет к угнетению полового возбуждения и к утрате эрекции. Чем сильнее эти опасения, тем выше вероятность того, что они сбудутся (по принципу самовнушения), и мужчина начнет ощущать подлинную неспособность достигнуть эрекции и удержать ее. С течением времени страх перед неудачей может вызвать ослабление интереса к сексу (избегание), потерю самоуважения и попытки преодолеть неуверенность (это обычно нарушает непосредственность полового акта, все больше превращая его из удовольствия в некое "действо"). Кроме того, опасение неудачи часто превращает одного или обоих партнеров в наблюдателей, следящих за собственной сексуальной реакцией или за реакцией партнера и оценивающих ее. Отвлекаясь на наблюдение и оценку происходящего, мужчина обычно получает меньше удовольствия от половой активности, что еще сильнее подавляет его способность к физической реакции. Таким образом возникает порочный круг: слабая эрекция вызывает страх неудачи, что побуждает стать наблюдателем, а это отвлекает и способствует нарушению эрекции, усиливая страх неудачи. Если не разорвать этот порочный круг, то весьма вероятно, что нарушение эрекции будет прочно закреплено.

Реакция мужчины на нарушение эрекции весьма разнообразна - от ужаса и растерянности (вероятно, самая типичная реакция) до полного равнодушия (наименее типичная). Конечно, для некоторых мужчин и женщин секс - это нечто большее, чем пульсирующий эрегированный мужской член, и удовлетворение от любовного свидания определяется для них не одним только половымактом; тем не менее большинству людей ограничения, создаваемые нарушением эрекции, неприятны. Вот как описывает свои переживания 34-летний мужчина, страдающий импотенцией:

Со временем ситуация становится настолько предсказуемой, что вы заранее пытаетесь оправдаться. У вас нет никаких шансов получить удовольствие от секса, потому что вас целиком поглощают мысли о неудаче. И неудача действительно наносит вам удар ниже пояса - вы перестаете чувствовать себя мужчиной. *(Из картотеки авторов)*

Партнерша мужчины с нарушенной эрекцией может обвинять в его бессилии себя, считая, что она недостаточно привлекательна, чтобы вызывать у него желание, или недостаточно опытна, чтобы возбудить его; или же ей кажется, что она оказывает на него давление и тем самым виновна в его затруднениях. В других случаях женщины полностью перекладывают ответственность на мужчин. Одни считают, что у их мужей есть внебрачные связи; другие подозревают мужей в гомосексуальных наклонностях; третьи - в том, что мужья их просто не любят. Импотенция может приводит к распаду очень прочных связей, делая партнеров мнительными, раздражительными и подозрительными даже за пределами спальни.

### Преждевременная эякуляция

**Преждевременная,** или **ранняя эякуляция -** одно из наиболее распространенных половых расстройств, но дать ей точное определение затруднительно. В основе прежних формулировок лежали длительность полового акта (например, "менее двух минут"), или же число фрикций, произведенных до эякуляции. Однако теперь от такого рода определений отказались. Это хорошо, потому что одни мужчины пытались с помощью секундомера установить, соответствует ли их поведение норме, а другие старались ускорить фрикции (чтобы увеличить их число), хотя такое поведение обычно приближает эякуляцию, вместо того, чтобы отдалить ее.

В нашей книге "Human Sexual Inadequacy" (Masters, Johnson, 1970) бььла сделана попытка определить преждевременную эякуляцию с учетом взаимодействия между половыми партнерами. (До 1970 г. преждевременную эякуляцию нередко рассматривали как одну из форм импотенции - представление, отражавшее недопонимание физиологии этого явления.) Мы полагали, что о преждевременной эякуляции у мужчины можно говоритьлишь в том случае, если его партнерша испытывает оргазм менее чем в 50% половых актов; при этом мы отдавали себе отчет, что и эта формулировка несовершенна (Masters, Johnson, 1970). Прежде всего она неприменима в тех случаях, когда женщина в принципе не испытывает оргазм или испытывает его крайне редко. Позднее Хелен Каплан (Kaplan, 1974) предложила еще один подход к этой проблеме. По ее мнению, термин "преждевременная эякуляция" относится к мужчинам, неспособным контролировать ее наступление, однако большинство сексологов считают способность полностью контролировать эякуляцию не правилом, а исключением.

Американская ассоциация психиатров недавно деликатно обошла эту проблему, введя в определение преждевременной эякуляции понятие "разумного контролирования". "Оценка разумного контролирования производится... с учетом ряда факторов, оказывающих влияние на продолжительность фазы возбуждения, таких как возраст, новый половой партнер, частота и продолжительность полового акта" (American Psychiatric Association, 1980, с. 280). Согласно другой точке зрения, не следует говорить о преждевременной эякуляции, если оба партнера "считают, что на качество их сексуальных отношений не влияют старания оттянуть эякуляцию" (LoPiccolo, 1977).

Несмотря на недостатки, имеющиеся у всех этих определений (или определения этого недостатка), нетрудно установить, в каких случаях быстрая эякуляция вносит дисгармонию в половые отношения. И хотя К-инзи и сотр. (Kinsey, Pomeroy, Martin, 1948, с. 580) считают быструю эякуляцию признаком биологической компетентности, отмечая, что "было бы трудно найти другую ситуацию, в которой индивидуума, обладающего быстрыми и интенсивными реакциями, не признали бы превосходящим других", в настоящее время большинство сексологов не согласны с этим мнением. На точку зрения Кинзи, возможно, повлияли полученные им данные, согласно которым у 75% мужчин эякуляция происходила спустя 2 мин после введения члена по влагалище, однако теперь эти данные кажутся неточными (Hunt, 1975). Безусловно, нельзя отрицать, что, по мнению некоторых людей, секс доставляет удовольствие только мужчине, а женщины бывают рады поскорее "отделаться от этого", однако в настоящее время такие представления, по-видимому, уступают место более эгалитарному взгляду на половые отношения.

Сексуальная проблема существует в том случае, если у мужчины постоянно происходит самопроизвольная эякуляция во время предварительных ласк (не при самом половом акте) или при попытке ввести половой член партнерше. Такая крайняя ситуация встречается менее чем в 1% случаев преждевременной эякуляции и, конечно, приносит много огорчений. Описанный феномен может иметь место лишь при определенных обстоятельствах, хотя в других случаях все протекает нормально. Например, у некоторых мужчин эти проблемы возникают только при внебрачном сексе.

Быстрая эякуляция может совершенно не беспокоить мужчину, а может заставить его сомневаться в собственной мужественности (Perelman, 1980; Kaplan, 1989). Страх перед неудачей часто усиливает неспособность контролировать эякуляцию и может привести к нарушению эрекции в результате возникновения описанного выше порочного круга "страх-самонаблюдение-неудача-страх" (Kolodny, Masters, Johnson, 1979). Нарушения эрекции иногда являются результатом того, что мужчина, страдающий преждевременной эякуляцией, стремится контролировать свое половое возбуждение, стараясь отвлечься (думая о своих служебных делах или занимаясь обратным счетом от 1000); если, однако, он делает это слишком усердно, утрачено может быть не только стремление к эякуляции, но и эрекция.

Многие партнерши мужчин, страдающих преждевременной эякуляцией, относятся к ним с сочувствием, понимая, что эякуляция происходит у них самопроизвольно, однако других эта ситуация приводит в ярость, они считают, что мужчины их просто "используют" (Perelman, 1980). У большинства мужчин после длительного воздержания эякуляция наступает быстрее; поэтому раздражение лишь усугубляет проблему и даже может вообще разрушить отношения между партнерами. Если же мужчина, стараясь понизить свое возбуждение, сокращает длительность предварительных ласк, то такая тактика может вызвать обратный эффект, еще больше убеждая женщину в эгоистичности партнера (Kolodny, Masters, Johnson, 1979).

Хотя среди пациентов, обращающихся в Институт Мастерса и Джонсон, мужчин, страдающих преждевременной эякуляцией, меньше, чем мужчин с нарушением эрекции (Masters, Johnson, 1970; Kolodny, Masters, Johnson, 1979), мы считаем преждевременную эякуляцию самым распространенным половым расстройством среди американцев. По нашим оценкам, 15-20% американских мужчин в той или иной степени испытывают затруднения с контролированием эякуляции, причем менее одной пятой из них считают это достаточным поводом для обращения к врачу. Остальные полагают, что могут справиться с этой проблемой сами, либо используя презерватив для притупления тактильных ощущений при половом акте, либо сокращая потребление спиртного, либо совершая половой акт через 2-3 ч после того, как они уже один раз достигли оргазма. "Десенсибилизирующие" половой член кремы и мази, которые можно купить без рецепта, убивают ощущения. Даже если они и помогают избежать быстрой эякуляции, то платить за это приходится слишком дорогую цену.

### Несостоятельность эякуляции и задержанная эякуляция

**Несостоятельностью эякуляции** называют неспособность к интравагинальной эякуляции, несмотря на нормальную эрекцию и относительно высокий уровень полового возбуждения. Ее следует отличать от **ретроградной эякуляции,** при которой во время оргазма шейка мочевого пузыря замыкается не полностью и сперма выливается назад, в мочевой пузырь, где смешивается с мочой. **Задержанную эякуляцию** можно рассматривать как противоположность преждевременной эякуляции; в этом случае интравагинальная эякуляция в конечном счете происходит, однако это занимает много времени и требует затраты огромных усилий на стимулирование в процессе полового акта, а сексуальное возбуждение при этом может быть слабым.

Несостоятельность эякуляции встречается редко, главным образом среди мужчин старше 35 лет. Самая распространенная форма (примерно две трети всех случаев) - *первичная* несостоятельность эякуляции, при которой больной вообще никогда не был способен эякулировать во влагалище. *Вторичной* называют несостоятельность в тех случаях, когда мужчина, у которого эякуляция прежде протекала нормально, утрачивает способность к интравагинальной эякуляции или достигает этого крайне редко. Как в том, так и в другом случае эякуляцию обычно удается вызвать с помощью мастурбации (примерно у 85% наших пациентов) или стимуляции со стороны партнерши (примерно у 50% наших пациентов), но вне полового акта. Примерно у 15% наших пациентов, обращавшихсяпо поводу несостоятельности, эякуляция не происходила вообще никогда, если не считать ночных поллюций. В редких случаях несостоятельность эякуляции может носить ситуационный характер, т.е. проявляться с определенной партнершей (Munjack, Kanno, 1979).

Несостоятельность эякуляции может быть источником сексуального наслаждения, потому что она делает возможным длительный половой акт. Некоторые пациенты говорят нам, что они способны удерживать эрекцию в течение 1-2 ч к вящему удовольствию своих партнерш, многие из которых восхищаются этим. Однако когда женщина обнаруживает, что ее партнер неспособен к интравагинальной эякуляции, ее реакция чаще всего изменяется. Ей начинает казаться, что партнер находит ее недостаточно привлекательной, что он не получает удовольствия или же что он "задерживает" наступление оргазма из эгоизма (Munjack, Oziel, 1980). Если половые партнеры хотят иметь детей, то несостоятельность эякуляции может вызвать еще большее огорчение и даже взаимные обвинения и ссоры, способные разрушить самые прекрасные отношения, о чем свидетельствует пример из нашей картотеки:

*27-летний женатый мужчина. Я* до смерти устал от бесконечного психоанализа, которому подвергает меня жена из-за возникшей у нас проблемы. Я хочу ребенка не меньше, чем она, но мой член, очевидно, этого не понимает. Однако это не повод обвинять меня в гомосексуализме.

Задержанная эякуляция наблюдается во всех возрастных группах, начиная с юношеского возраста, и вероятно в 2-3 раза более обычна, чем несостоятельность эякуляции. Хотя это расстройство может быть источником сексуального наслаждения, однако иногда длительные фрикции, необходимые для достижения эякуляции, вызывают физиологический дискомфорт у женщины, сексуальные потребности которой могут быть полностью удовлетворены за более короткое время. Женщина может почувствовать себя обиженной сексуальной настойчивостью своего партнера. Она испытывает при этом такие же чувства, как мужчина, когда его партнерше необходим длительный половой акт для достижения оргазма.

Здесь снова важно отличать ясно выраженное половое расстройство от возникающих время от времени эпизодов, когда мужчина оказывается неспособным к интравагинальной эякуляции или когда ему необходим длительный половой акт идолгие фрикции, чтобы она произошла. Эпизодические затруднения с эякуляцией *не есть*признак полового расстройства и часто бывают обусловлены усталостью, напряжением, нездоровьем, слишком частыми совокуплениями, воздействием алкоголя или лекарственных препаратов. Кроме того, мужчина может оказаться неспособным эякулировать, если он не испытывает никаких особых чувств к партнерше (например, если он совершает половой акт просто потому, что, как ему кажется, от него этого ожидают).

### Болезненный половой акт

Болезненный половой акт, или **диспареуния,** обычно считается одним из женских половых расстройств, но иногда это состояние наблюдается и у мужчин. В типичном случае болевые ощущения возникают в половом члене, но возможны они и в яичках, и во внутренних половых органах, что бывает связано с какими-либо нарушениями в предстательной железе или семенных пузырьках.

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1